

Gare aux Secousses



Source : INRS

La conduite d'engins de manutention expose les salariés à des vibrations transmises à l'ensemble du corps.

Ces vibrations sont susceptibles de provoquer à plus ou moins long terme, des maladies aiguës ou chroniques, selon les cas. Elles sont généralement considérées comme une cause de stress. Elles provoquent des atteintes de la colonne vertébrale. Elles sont associées à des troubles digestifs et des affections génito-urinaires.

Le bon réglage du siège permet de réduire ces vibrations à la source.

→ POUR PROTÉGER MON DOS, JE RÈGLE MON SIÈGE

Le déplacement avant/arrière

Je dois pouvoir accéder aux pédales avec mes pieds sans effort



4 réglages sont indispensables

L'inclinaison du dossier

Mon dos ne doit pas se décoller du dossier



La hauteur

En position assise, mon poing doit pouvoir passer entre le volant et mes cuisses



Le poids

Je dois régler mon siège à mon propre poids pour absorber les vibrations verticales



Le réglage selon le poids est prépondérant

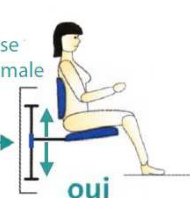
La suspension du siège doit être réglé à mi-course

Le conducteur peut vérifier son réglage en sautillant sur le siège, celui-ci ne doit pas talonner

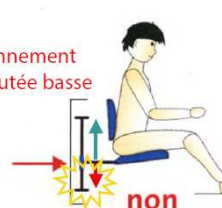
Talonnement en butée haute



Course maximale



Talonnement en butée basse



Course maximale



Source : Carsat

ATTENTION : un siège non réglé peut amplifier l'effet des vibrations au lieu de les réduire

Il faut également veiller à :

- ▶ Adapter la vitesse à la nature du sol,
- ▶ Aménager les sols pour réduire les irrégularités (trous, raccords d'enrobé, plaques d'égouts, ...)
- ▶ dans les zones de déplacement des engins,
- ▶ Bien répartir la charge,
- ▶ Adapter le siège à l'engin,
- ▶ Entretien le véhicule et le siège,
- ▶ Former les opérateurs.

Pour en savoir plus :
<http://www.inrs.fr/>